

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Рабочая программа дисциплины

Б 1.В.09 Прикладная физическая культура

Направление подготовки: 38.03.02 Менеджмент

Профиль подготовки: Управленческий и финансовый учет

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б 1.В.09 Прикладной физической культуры» являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Б.1.В.09 Прикладная физическая культура» относится к вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б.1. В.09 Прикладная физическая культура» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Физическая культура	Программа среднего (полного) общего образования.

Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Психология	Психическая регуляция поведения

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планируемых результатов освоения образовательной программы

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
(ОК-7) способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Этап 1 -знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. Этап 2- знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1- уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2-уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1 – владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2 -владеть практическими методами основ физической культуры.

4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б.1. В.09 Прикладная физическая культура» составляет 328 академических часа, распределение объема дисциплины на контактную работу обучающихся с преподавателем (КР) и на самостоятельную работу обучающихся (СР) по видам учебных занятий и по периодам обучения представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и по периодам обучения, академические часы

№ п/ п	Вид учебных занятий	Итого КР	Итого СР	Семестр № 3		Семестр №4		Семестр №5		Семестр №6		Семестр №7		Семестр №8	
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Лекции (Л)														
2	Лабораторные работы (ЛР)														
3	Практические занятия (ПЗ)	3 1 8		54		54		52		52		52		56	
4	Семинары (С)														
5	Курсовое проектирование (КП)														
6	Рефераты (Р)														
7	Эссе (Э)														
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)														
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)														
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)														
11	Промежуточная аттестация	1 0						2		2		2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации							зачет		зачет		зачет		зачет	
13	Всего	3 2 8		54		54		54		54		54		58	

5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

5. 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1- Темы лекций (не предусмотрены учебным планом)

5.2.2- Темы лабораторных работ (не предусмотрены учебным планом)

5.2.3- Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятий	Объем, Академические часы
3 семестр		
ПЗ - 1	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 2	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 3	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 4	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 5	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 6	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 7	Волейбол.	2
ПЗ – 8	Волейбол.	2
ПЗ – 9	Волейбол.	2
ПЗ - 10	Волейбол.	2
ПЗ – 11	Баскетбол	2
ПЗ – 12	Баскетбол	2
ПЗ – 13	Баскетбол	2
ПЗ - 14	Баскетбол	2
ПЗ -15	Футбол	2
ПЗ -16	Футбол	2
ПЗ -17	Футбол	2
ПЗ -18	Футбол	2
ПЗ -19	Гимнастика	2
ПЗ -20	Гимнастика	2
ПЗ -21	Гимнастика	2
ПЗ -22	Гимнастика	2
ПЗ -23	Легкая атлетика	2
ПЗ -24	Легкая атлетика	2
ПЗ -25	Легкая атлетика	2
ПЗ -26	Легкая атлетика	2
ПЗ -27	Легкая атлетика	2

4 семестр		
ПЗ -28	Лыжная подготовка	2
ПЗ -29	Лыжная подготовка	2
ПЗ -30	Лыжная подготовка	2
ПЗ -31	Лыжная подготовка	2
ПЗ -32	Лыжная подготовка	2
ПЗ -33	Лыжная подготовка	2
ПЗ -34	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ -35	О.Ф.П.	2
ПЗ -36	Гимнастика	2
ПЗ -37	Гимнастика	2
ПЗ -38	Гимнастика	2
ПЗ -39	Футбол	2
ПЗ -40	Футбол	2
ПЗ -41	Футбол	2
ПЗ -42	Баскетбол	2
ПЗ -43	Баскетбол	2
ПЗ -44	Баскетбол	2
ПЗ -45	Баскетбол	2
ПЗ -46	Волейбол.	2
ПЗ -47	Волейбол.	2
ПЗ -48	Волейбол.	2
ПЗ -49	Волейбол.	2
ПЗ -50	Легкая атлетика	2
ПЗ -51	Легкая атлетика	2
ПЗ -52	Легкая атлетика	2
ПЗ -53	Легкая атлетика	2
ПЗ -54	Легкая атлетика	2
5 семестр		
ПЗ -55	Легкая атлетика	2
ПЗ -56	Легкая атлетика	2
ПЗ -57	Легкая атлетика	2
ПЗ -58	Легкая атлетика	2
ПЗ -59	Легкая атлетика	2
ПЗ -60	Волейбол.	2

ПЗ -61	Волейбол.	2
ПЗ -62	Волейбол.	2
ПЗ -63	Волейбол.	2
ПЗ -64	Баскетбол	2
ПЗ -65	Баскетбол	2
ПЗ -66	Баскетбол	2
ПЗ -67	Баскетбол	2
ПЗ -68	Футбол	2
ПЗ -69	Футбол	2
ПЗ -70	Футбол	2
ПЗ -71	Футбол	2
ПЗ -72	Футбол	2
ПЗ -73	Гимнастика	2
ПЗ -74	Гимнастика	2
ПЗ -75	Гимнастика	2
ПЗ -76	Гимнастика	2
ПЗ -77	О.Ф.П.	2
ПЗ -78	О.Ф.П.	2
ПЗ -79	О.Ф.П.	2
ПЗ -80	О.Ф.П.	2

6 семестр

ПЗ -81	Лыжная подготовка	2
ПЗ -82	Лыжная подготовка	2
ПЗ -83	Лыжная подготовка	2
ПЗ -84	Лыжная подготовка	2
ПЗ -85	Лыжная подготовка	2
ПЗ -86	Волейбол.	2
ПЗ -87	Волейбол.	2
ПЗ -88	Волейбол.	2
ПЗ -89	Волейбол.	2
ПЗ -90	Баскетбол	2
ПЗ -91	Баскетбол	2
ПЗ -92	Баскетбол	2
ПЗ -93	Баскетбол	2
ПЗ -94	Лыжная подготовка	2

ПЗ -95	Лыжная подготовка	2
ПЗ -96	Лыжная подготовка	2
ПЗ -97	Футбол	2
ПЗ -98	Футбол	2
ПЗ -99	Футбол	2
ПЗ -100	Гимнастика	2
ПЗ -101	Гимнастика	2
ПЗ -102	Гимнастика	2
ПЗ -103	О.Ф.П.	2
ПЗ -104	О.Ф.П.	2
ПЗ -105	О.Ф.П.	2
ПЗ -106	О.Ф.П.	2

7 семестр

ПЗ -107	О.Ф.П.	2
ПЗ -108	О.Ф.П.	2
ПЗ -109	О.Ф.П.	2
ПЗ -110	О.Ф.П.	2
ПЗ -111	Волейбол.	2
ПЗ -112	Волейбол.	2
ПЗ -113	Волейбол.	2
ПЗ -114	Волейбол.	2
ПЗ- 115	Баскетбол	2
ПЗ -116	Баскетбол	2
ПЗ -117	Баскетбол	2
ПЗ -118	Баскетбол	2
ПЗ -119	Гимнастика	2
ПЗ -120	Гимнастика	2
ПЗ -121	Гимнастика	2
ПЗ -122	Гимнастика	2
ПЗ -123	Волейбол.	2
ПЗ -124	Волейбол.	2
ПЗ -125	Волейбол.	2
ПЗ -126	Волейбол.	2
ПЗ -127	Волейбол.	2
ПЗ -128	Гимнастика	2

ПЗ -129	Гимнастика	2
ПЗ -130	Гимнастика	2
ПЗ -131	Гимнастика	2
ПЗ -132	Гимнастика	2
8 семестр		
ПЗ -133	Лыжная подготовка	2
ПЗ -134	Лыжная подготовка	2
ПЗ -135	Лыжная подготовка	2
ПЗ -136	Лыжная подготовка	2
ПЗ -137	Лыжная подготовка	2
ПЗ -138	Лыжная подготовка	2
ПЗ -139	О.Ф.П.	2
ПЗ -140	О.Ф.П.	2
ПЗ -141	О.Ф.П.	2
ПЗ -142	О.Ф.П.	2
ПЗ -143	Гимнастика	2
ПЗ -144	Гимнастика	2
ПЗ -145	Гимнастика	2
ПЗ -146	Гимнастика	2
ПЗ -147	Баскетбол	2
ПЗ -148	Баскетбол	2
ПЗ -149	Баскетбол	2
ПЗ -150	Баскетбол	2
ПЗ -151	Волейбол.	2
ПЗ -152	Волейбол.	2
ПЗ -153	Волейбол.	2
ПЗ -154	Волейбол.	2
ПЗ -155	Легкая атлетика	2
ПЗ -156	Легкая атлетика	2
ПЗ -157	Легкая атлетика	2
ПЗ -158	Легкая атлетика	2
ПЗ -159	Легкая атлетика	2
ПЗ -160	Легкая атлетика	2
Промежуточная аттестация		8
Итого по дисциплине		320

- 5.2.4- Темы семинарских занятий (не предусмотрены учебным планом)**
- 5.2.5- Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены планом)**
- 5.2.6- Темы рефератов (не предусмотрены)**
- 5.2.7- Темы эссе (не предусмотрены)**
- 5.2.8- Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены)**
- 5.2.9- Вопросы для самостоятельного изучения (не предусмотрены)**

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Малютина М.В.Физическая культура студентов в вузе [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие |М.В.Малютина, В.И.Соболева, О.В.Загородняя, С.С.Загородний. – Оренбург: Издательский центр ОГАУ, 2016. – 84 с. ЭБС «Книгафонд»
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] Учебник для вузов физической культуры. Л.П.Матвеев – Москва: Советский спорт, 2010.-340 с. ЭБС «Книгафонд»

6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Мироненко Е.Н.Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник/Е.Н.Мироненко О..Л.Трещева Е.Б.Штучная, А.И.Муллер. - Москва :ИНТУИТ,2011.-197с. ЭБС «Книгафонд»
2. Балахников В.В. Бегай, прыгай, метай [Электронный ресурс] Руководство по обучению легкой атлетике / В.В.Балахников, В.Б.Зеличенко.- Москва; Человек.2011.-340 с. ЭБС «Книгафонд»
3. Серов Л.К.Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс] Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры /Л.К.Серов. – Москва: Человек 2011.-160 с. ЭБС «Книгафонд»
- 4.Брискин Ю.А Адаптивный спорт [Электронный ресурс]: Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В. Передеркин. – Москва: Советский спорт, 2010.-315 с. ЭБС «Книгафонд»

6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям

Электронное учебное пособие включающее:

- методические указания по выполнению практических работ.

6. 4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена.

6. 5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Open Office
2. JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun)

6. 6 Перечень ресурсов информационных телекоммуникационной сети, «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://www.knigafund.ru/> - ЭБС
 2. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС
 3. <http://rucont.ru/> - ЭБС
 4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС
 5. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)
 6. <http://www.edu.ru/> - федеральный портал российского образования.
- Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.
7. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
 8. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Занятия практического типа проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами, а так же в спортивном зале, оборудованном баскетбольной и волейбольной площадками, и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 1.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 12 января 2016 г. № 7

Разработал

Н.А. Дудкин